

<b>ORGANISATSIOON/VALDKOND</b>	<b>TELEFON</b>	<b>VEEBILEHT/EPOST</b>
<b>RIIGI VÕI KOVI HALDUSALA</b>		
Häirekeskuse infotelefon	1247	
Perearsti nõuandetelefon	1220	
Kiirabi, pääste, politsei	112	
Politsei- ja Piirivalve kliendiinfo	6 123 000	
Päästeala infotelefon	1524	
Mürgistusteabeliin	16662	
Sotsiaalkindlustusamet	6 121 360	
Tööinspektsiooni infotelefon (juriidiline nõustamine E-R 10-15)	640 6000	
Töötukassa	15501	
Tallinna psühholoogiline kriisiabi (nõustamine, abi kriisis perele. Eelregistreerimine)	631 4300	
Tallinna Laste Tugikeskus	655 6971	
Lasteabitelefon /SKA	116111	
Tallinna ja Maardu laste abi- ja infotelefon (24 h)	1345	
Tallinna Perekeskuse lapsemure telefon	6 556 088	
<b>KOLMAS SEKTOR/ÜLDINE PSÜHOSOTSIAALNE NÕUSTAMINE</b>	<b>Telefon</b>	
Usaldustelefon	126	
Eluliini usaldustelefon	655 8088	
Eluliini usaldustelefon vene keeles	6 555 688	
Psühholoogiline kriisinõustamine	6 314 300	Avatud E-N 15.00 -19.00 ja R 15.00 -18.00
Usaldustelefon	126	Kl 19-23
Usaldustelefon - vältimatu psühholoogilise abi telefon (vene keelne)	127	Kl 19-23
AIDS-i Ennetuskeskuse HIV/AIDS-i anonüümne kabinet	607871	
<b>OHVRITELE</b>	<b>Telefon</b>	
Võõramaalastest naistele (inglise keeles)	15333	Mondays 10-15 o'clock
Inimkaubandusohvrite ja prostitutsiooni kaasatute nõustamine/Tallinn	6 556 140	Avatud E K R 15.00 - 19.00 T N 12.00 -16.00

Inimkaubandusohvrite ja prostitutsiooni kaasatute nõustamine (Jõhvi)	7 751 893	Avatud E 11.00-16.00
Inimkaubandusohvrite ja prostitutsiooni kaasatute nõustamine Tartu Toome keskus	6 314 600	Avatud N 11.00-16.00
Inimkaubandusohvrite nõustamine	655 6140/ 551 54 91	Avatud T 12.00-16.00/muul ajal mob
MTÜ Ohvriabi	5650 9559	
Inimkaubanduse ennetamise ja ohvrite abistamise nõustamistelefon	6 607 320	
<b>SÕLTUVUSPROBLEEMID</b>	<b>Telefon</b>	
Uimasti info- ja nõustamistelefon	6314600	
Mänguriliin (MTÜ Hasartmängusõltuvuse Nõustamiskeskus)	15410	
<b>SOTSIAALSED PROBLEEMID</b>		
Õigusabi vähekindlustatutele	601 5122	
Tasuta matusenõustamise teenus (MTÜ Matusbüroode Liit)	504 7939	
<b>NAISTE TERVIS</b>		
Ööpäevaringne ämmaemanda nõuandetelefon	12252	
Raseduskriisi tasuta nõustamistelefon	8002008	ööpäevaringselt
<b>RASEDUSKRIISI NÕUSTAJATE KONTAKTID:</b>	<b>Telefon</b>	
Kairi Tozen-Pütsepp	56649571	kairi@rasedus.ee
Marje Pukk	5018027	marje@rasedus.ee
Kristi Kuura	5165676	kristi.kuura@gmail.com
Heli Rand	5147455	helirand@gmail.com
Katrin Roosileht	5234996	katrin@rasedus.ee
Kaisa Aardevälja	5039630	
Margit Luiga	5537595	margit.luiga@kliinikum.ee
Maret Voites	56683330	maret@rasedus.ee
Viktorija šumarova	56565479	kviktorija@mail.ru
Olesja Zinenko	55570191	olesja11@rasedus.ee
Margit Emberg	5253038	margite@rasedus.ee
<b>LÄHISUHTEVÄGIVALD</b>		
Eluliini Naiste tugikeskus	551 54 91	ööpäevaringselt

Abitelefon vägivalda kogenud naistele	1492	tallinn@naisteabi.ee
<b>NAISTE TUGIKESKUSTE KONTAKTANDMED</b>	<b>Telefon</b>	
MTÜ Tallinna Naiste Kriisikodu ENVL Tallinna Naiste Tugikeskus (Harjumaa)	526 4697, 5396 9834 57570911	tallinnanaistetugi@gmail.com ,
MTÜ Ida-Virumaa Naiste Tugikeskus-Varjupaik (Ida-Virumaa)	53 332 627	naistetugikeskus@gmail.com
MTÜ Jõgevamaa Naiste Tugikeskus (Jõgevamaa)	58 600 170	jogevamaanaistetugikeskus@gmail.com
MTÜ Järvamaa Naiste Tugikeskus (Järvamaa)	58 133 755	jarvanaistekeskus@gmail.com
MTÜ Läänemaa Naiste Tugikeskus (Lääne- ja Hiiumaa)	5 042 300,00	laanenaistetugi@gmail.com
	51 977 170	hiiumaanaistetugi@gmail.com
MTÜ Virumaa Naiste Tugikeskus (Lääne-Virumaa)	56 297 745	virunaistekeskus@gmail.com
MTÜ Naiste Tugi- ja Teabekeskus (Põlvamaa)	58 849 494	polva@naistetugi.ee
MTÜ Pärnu Naiste Tugikeskus (Pärnumaa)	5398 1620, 5365 0260	naistevarjupaik@gmail.com
ENVL Raplamaa Naiste Tugikeskus ja Tallinna Naiste Kriisikodu (Raplamaa)	54005144	raplamaanaistetugikeskus@gmail.com
MTÜ Pärnu Naiste Tugikeskus (Saaremaa)	53 098 919	saaremaanaistetugikeskus@gmail.com
MTÜ Naiste Tugi- ja Teabekeskus (Tartumaa)	55 949 496	info@naistetugi.ee
MTÜ Valgamaa Naiste Tugikeskus (Valgamaa)	53 032 544	valgamaanaistetugikeskus@gmail.com
MTÜ Viljandimaa Naiste Tugikeskus (Viljandimaa)	58 050 535	viljandinaistetugi@gmail.com
MTÜ Võrumaa Naiste Tugikeskus (Võrumaa)	5 283 615	vorunaistetugi@gmail.com
<b>NOORTELE</b>	<b>Telefon</b>	
Noorte usaldustelefon	646 6666	
Nõustamistelefon lapse psüühika- või käitumisprobleemide korral	529 4675	
Usaldustelefon noortele	6 466 666	
<b>TASUTA PSÜHHOLOOGILISE JA PSÜHHIAATRILISE ABI VÕIMALUSI</b>		

<b>ÜLERIIGILISED:</b>	<b>Telefon</b>	<b>veebileht</b>
<b>LASTEABI:</b>		
<b>Esmane sotsiaalne ja kriisinõustamine, abivajavast või kadunud lapsest teatamine.</b>	<b>116 111 Välismaalt helistades +372 600 4434</b>	<b>www.lasteabi.ee</b>
<b>Rajaleidja keskused üle Eesti igas maakonnas:</b>		<b>www.rajaleidja.ee</b>
<b>Nõustamisaja muutmiseks, e-nõustamise broneerimine</b>	<b>7 350 700</b>	
<b>Lisatuge vajavatele õpilastele koduõppe korraldamise teemal annavad koolidele nõu Rajaleidja juhid:</b>		
<b>Harjumaal Urve Sellenberg</b>	<b>504 06 02</b>	
<b>Ida- ja Lääne-Virumaal Maire Merioja</b>	<b>58 004 998</b>	
<b>Lääne-, Saare- ja Hiiumaal Tiina Kütt</b>	<b>56 997 548</b>	
<b>Pärnu-, Viljandi ja Raplamaal Lea Mardik</b>	<b>56 940 743</b>	
<b>Tartu-, Jõgeva ja Järvemaal Ines Kerikmäe</b>	<b>58 853 774</b>	
<b>Võru-, Põlva ja Valgamaal Mereli Mändmets</b>	<b>56 977 281</b>	
<b>Psühholoogiline abi pereliikme kaotanud lastele</b>	<b>5 069 658</b>	<b>www.lastekriis.ee</b>
<b>Tallinna Lastehaigla Psühhiaatrikliinik ja laste vaimse tervise keskus:</b>		<b>www.lastehaigla.ee/vaimse-tervise-keskus</b>
<b>Nõustamistelefon lapse vaimse tervisega seotud küsimuste korral</b>	<b>6 787 422</b>	
<b>Tartu Ülikooli Kliinikumi psühhiaatrikliiniku laste ja noorukite vaimse tervise keskus:</b>	<b>Vaimse tervise õde: 731 8869, 731 8758</b>	<b>www.kliinikum.ee/psyhhaatrikliinik/stuktuur-ja-osakonnad/lasteosakond</b>
<b>Valga Haigla laste ja noorukite vaimse tervise kabinet:</b>	<b>Konsultatsioon: 766 5288</b>	<b>www.valgahaigla.ee/haigla/varia/louna-eesti-laste-ja-noorukite-vaimse-tervise-keskus</b>
<b>Põlva Haigla laste ja noorte vaimse tervise kabinet:</b>	<b>Vaimse tervise õde: 799 9183</b>	<b>www.polvahgl.ee/?page_id=1157</b>
<b>Lõuna-Eesti Haigla laste ja noorukite vaimse tervise kabinet Võrus:</b>	<b>Registatuur: 786 8569</b>	<b>www.leh.ee</b>

<b>Ida-Virumaa laste ja noorte vaimse tervise keskus (Ida-Viru Keskhaigla):</b>	<b>Registruur:</b> 331 1133	<a href="http://www.ivkh.ee/et/raviteenused/ida-virumaa-laste-ja-noorte-vaimse-tervise-keskus">www.ivkh.ee/et/raviteenused/ida-virumaa-laste-ja-noorte-vaimse-tervise-keskus</a>
<b>Narva Haigla laste ja noorte vaimse tervise kabinet:</b>	<b>Infotelefon:</b> 357 1835	<a href="http://www.narvahaigla.ee">www.narvahaigla.ee</a>
<b>Pärnumaa laste ja noorte vaimse tervise keskus:</b>	53 055 154	<a href="http://www.ph.ee/vtk/teenused">www.ph.ee/vtk/teenused</a>
<b>Viljandi Haigla Psühhiaatrikliinik:</b>	<b>Registreerimine lastepsühhiaatri vastuvõtule:</b> 435 2178 <b>Lastepsühhiaatria osakonna valveõde:</b> 435 2183	<a href="http://www.vmh.ee/psuhhiaatriakliinik">www.vmh.ee/psuhhiaatriakliinik</a>
<b>Põhja-Eesti Regionaalhaigla psühhiaatrikliinik:</b>	6 172 650	<a href="http://www.regionaalhaigla.ee">www.regionaalhaigla.ee</a>
<b>Tallinna vaimse tervise keskus:</b>	627 6640 mob5551 1233	<a href="http://www.vaimnetervis.ee">www.vaimnetervis.ee</a>
<b>Ohvriabiteenus Sotsiaalkindlustusametis:</b>	6 121 360	<a href="http://www.sotsiaalkindlustusamet.ee/ohvriabi-tootajate-kontaktandmed-4">www.sotsiaalkindlustusamet.ee/ohvriabi-tootajate-kontaktandmed-4</a>
<b>TALLINNAS:</b>		
<b>Tallinna Perekeskus:</b>	<b>Nõustamisteenistus:</b> 655 6970 <b>Pereteenistus:</b> 657 1588, 527 8352, 527 8259	<a href="http://www.pk.ee/abipshh oloognustamine">http://www.pk.ee/abipshh oloognustamine</a>
<b>MTÜ Laste ja noorte nõustamiskeskus:</b>	6 207 342	<a href="http://www.pereteraapia.com">www.pereteraapia.com</a>
<b>TARTUS:</b>		
<b>Tartu Laste Tugikeskus:</b>	7 484 666	<a href="http://www.tugikeskus.org.ee">www.tugikeskus.org.ee</a>
<b>JÕHVIS:</b>		
<b>Tervisekeskus Corrigo:</b>	3 331 100	<a href="http://www.corrigo.ee/category/noustamine">www.corrigo.ee/category/noustamine</a>